

генных веществ на организм человека является злободневным. Он не только не утратил свою силу, но стал ещё актуальнее».

Отрицающим ответом был ответ: «Современный человек намного информированнее, чем люди, живущие во времена Л.Н.Толстого. Обладая большими возможностями в сфере информационной культуры, достижений науки, медицины, он сам в состоянии вовремя восстановить себя, уберечь от курения, пьянства и других вредных привычек. Поэтому изречение великого писателя неактуально на сегодняшний день».

Затем аналогично рассматриваются вопросы воздействия алкоголя на нервную, кровеносную, выделительную и половую системы.

Как альтернатива на экране показываются ролики о российских спортсменах, представителях правительства России, которые занимаются спортом, ведут здоровый образ жизни. Это оказывает огромное воспитывающее значение на школьников.

После небольшой паузы проводится обсуждение выступлений учащихся, выделяются наиболее удачные из них, и выносится общий вывод об актуальности слов Л.Н. Толстого, сказанных им два века назад. Как утверждение звучат слова: сегодня модно не курить!

При использовании на уроках методик интерактивного обучения биологи ученики учатся задавать вопросы, давать полные ответы, слушать других и высказывать своё мнение, у школьников пополняется словарный запас, развивается речь, мышление, внимание, память развиваются коммуникативные навыки. Кроме того, школьники учатся работать со статистическими источниками, находить главное в исследуемом материале.

Итогом является умение обучающихся в своём большинстве общаться в группе, выдвигать свою точку зрения, выслушивать мнение собеседника, учитывать особенно-

сти ситуации. Таким образом, школьники становятся активными и коммуникабельными. Выработка таких качеств у будущих граждан России имеет важное значение, т.к. является актуальной в свете требований современности и поможет в будущем принимать активное участие в жизни страны, общества, своего родного края.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Вакуленко В.А., Уколова И.В. Интерактивное обучение на уроках права // Право в школе. - 2004.-№1. - с.26-32.
2. Корякина Н.И., Жевлакова М.А., Кириллов П.Н. Образование для устойчивого развития: поиск стратегии, подходов, технологий / Под ред. С.В. Алексеева. / СПб.: Союз художников, - 2000. - 130 с.
3. Кошкина М.А., Семчук Н.М. Условия сохранения здоровья школьников при работе с компьютером // Успехи современного естествознания. 2005. № 1. С. 103-103.
4. Машура Е.А., Семчук Н.М. Организация интерактивного обучения на уроках биологии // Образование и саморазвитие. 2011. Т. 1. № 23. С. 66-70.
5. Семчук Н.М. Методические основы воспитания в процессе обучения биологии (материалы к спецкурсу). // Н.М.Семчук / Астрахань: Изд-во АГПУ, - 2002. - 82 с.
6. Семчук Н.М. О воспитательном потенциале педагогических технологий в школьном биологическом образовании // Современные наукоемкие технологии. - 2004 - № 4. - С. 74-76.
7. Семчук Н.М. Теоретические основы реализации воспитательного компонента биологического образования: Монография. - Астрахань: Изд-во АГПУ, 2002 - 210 с.
8. Семчук Н.М. Методологические подходы к проблеме реализации воспитательного компонента биологического образования // Естественные науки - 2002 - № 4 - С.99-104.
9. Экологическое образование: учебно-методическое пособие. СПб.: РГПУ, 2000. 321 с.

DEVELOPMENT OF COMMUNICATIVENESS AND ACTIVITY OF SCHOOLBOYS AT BIOLOGY LESSONS

© 2012

*E.A. Mashura, teacher of biology of the highest category
 Municipal budgetary educational institution of the Narimanovsky region
 of "High comprehensive school №10", Astrakhan (Russia)*

*V.I. Zakutnova, doctor of biological sciences, professor of chair of botany, soil science
 and biology of ecosystems
 Astrakhan state university, Astrakhan (Russia)*

Keywords: Innovative pedagogical technologies, methodical work, systems approach, productivity.

Annotation: In article questions of school practice in the field of usage of pedagogical technologies in biology training are considered, the understanding by teachers of biology of necessity of usage of innovative pedagogical technologies, their knowledge, needs and possibilities in this direction is analyzed. On the basis of results of research a row of existing contradictions is revealed, to resolve which methodical operation on preparation of the teacher for mastering of new pedagogical technologies and their implementation in school education practice should.

УДК 159.9.072.43

ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ РИТМА ВНУТРЕННЕГО ВРЕМЕНИ ПРИ ДЕПРЕССИИ И СИНДРОМЕ ПСИХИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ

© 2012

*Д.Р. Мерзлякова, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Безопасности жизнедеятельности»
 Удмуртский государственный университет, Ижевск (Россия)*

Ключевые слова: психическое выгорание, депрессивные состояния, ритм внутреннего времени.

Аннотация: В статье описывается исследование, целью которого явилось изучение ритма внутреннего времени при депрессии и выгорании. Проведенное исследование показало, что синдром психического выгорания является самостоятельным психологическим феноменом и не зависит от уровня депрессии. Установлено, что при повышении уровня депрессии меняется восприятие ритма внутреннего времени. Ритм внутреннего времени у испытуемых педагогов с отсутствием депрессивных симптомов более быстрый по сравнению с испытуемыми с умеренной депрессией. Выявлены значимые взаимосвязи между восприятием ритма внутреннего времени и компонентами и симптомами выгорания.

Профессия педагога относится к числу помогающих профессий. Данная сфера профессиональной деятельности традиционно относится к числу наиболее подверженных синдрому психического выгорания. Синдром психического выгорания развивается на фоне хронического стресса и ведет к истощению эмоционально-энергетических

и личностных ресурсов работающего человека. При этом следует отметить, что при развитии синдрома психического выгорания может развиваться состояние депрессии. С.А. Осипова, В.И. Курпатов выявили, что при длительном синдроме выгорания часто развивается депрессивная симптоматика. Чаще это связано с ощущением угрозы потери

работы и мало используемыми в стрессовой ситуации копинг-механизмами положительной переоценки и планирования решения проблемы [14].

Проблематика эмоциональных расстройств личности, к числу которых относится и депрессия, является одной из центральных в современной психологии (Ю.А. Александровский, Д.Ю. Вельтишев, О.П. Вертоградова, Н.А. Ильина, Ю.В. Ковалев, Н.А. Корнетов, В.Н. Краснов, Л.С. Лобачева, В.Л. Минутко, М.В. Романовская, А.С. Тиганов, А.Ш. Тхвостов, В.Э. Шахновская, Д. Аллен, А. Барке, А. Бич и др., Е.Б. Бланхард и др., Д.Б. Нельсон, Н. Сартоиус, А.М. Фридман, А.Й. Шалев и др.).

В данном исследовании мы придерживаемся следующего определения депрессии. Депрессия - состояние сниженного настроения с доминированием эмоций астенического полюса (тоски, апатии, тревоги, страха). Патологическим депрессивное состояние считают тогда, когда специфическая причина недостаточна, чтобы его вызвать, или если само состояние продолжается чересчур долго и (или) его симптомы слишком тяжелы. Рассматривать депрессию как болезнь правомерно в тех случаях, когда изменение настроения относительно фиксировано, упорно в течение не только дней, но и недель, месяцев и даже лет; когда изменения настроения сказываются на поведении, мышлении, деятельности и физиологических отправлениях организма [10].

В психологии накоплены данные о том, как изменяется восприятие времени при депрессии [2, 9, 11, 16]. На особенности переживания времени депрессивными больными обратил внимание А. Бек, используя их для диагностики уровня депрессии и включив их в состав знаменитой когнитивной триады [4].

Значительная часть психической активности при психогенных депрессиях сосредоточена на событиях прошлого, в которых отражается характер депрессогенных психотравмирующих событий, причем на анализ и когнитивную переработку этих событий, незавершенных гештальтов психотравмирующих ситуаций, начинают влиять депрессивное мышление с характерными когнитивными искажениями. При этом восприятие будущего в случае психогенного характера депрессии, изменяется значительно меньше, чем при эндогенных депрессиях, в него продолжает проецироваться надежда и возможность изменения ситуации [18].

Согласно классификации О.П. Вертоградовой депрессии по типу доминирующего аффекта делятся на тоскливую, тревожную и апатическую [6].

С.М. Плотниковым было выявлено, как изменяется восприятие времени при депрессии в зависимости от типа доминирующего аффекта.

По его мнению, при депрессии с преобладанием тоски переживается сужение окружающего пространства. Временной вектор переживаний направлен в прошлое. Время воспринимается и переживается как замедленное. В воспоминаниях прожитый день кажется коротким. Данное состояние рассматривалось им как ретроградная депрессия. [6].

При депрессии с преобладанием тревоги наблюдается искажение пространственной перспективы с удалением одних участков и приближением других. Течение времени воспринимается больными как ускоренное, но в воспоминании оно воспроизводится как длительное ожидание, прошедший день представляется долгим. Временной вектор переживаний обращен в настоящее и будущее. Данное состояние рассматривалось им как антероградная депрессия [15].

При депрессии с преобладанием апатии нарушается сама фиксация времени. Оно как бы течет не задавая большого и не оставляя следов в его психике. Характерно сужение окружающего пространства [15].

При этом остается малоизученным вопрос о том, каким образом происходит переживание времени личностью, подверженной синдрому психического выгорания. Личностная организация времени целостно может быть

представлена в единстве трех основных ее структурных компонентов – переживание, осознание и временная организация деятельности. Осознанное и активное управление временем как своим ресурсом, умение ставить и достигать цели личностного и профессионального развития будет препятствовать возникновению и эскалации синдрома психического выгорания. Способность к организации времени, его использование как ценности для саморазвития, самосовершенствования представляет собой важнейшую жизненную способность личности [1].

В исследовании Е.С. Старченковой отношения ко времени и профессионального выгорания у преподавателей ВУЗов. Настоящее время у преподавателей с высоким уровнем выгорания переживается как неинтересное, незаполненное, плоское, тусклое, что в целом отражает неудовлетворенность, сниженную мотивацию и пессимистическое отношение к настоящему. Что, по мнению Е.С. Старченковой свидетельствует об истощенности психологических ресурсов и развитии симптомов общей астенизации. Данное исследование показало, что испытуемые с высоким уровнем выгорания характеризуются негативным отношением и к своему будущему. Будущее время рассматривается ими как печальное, пассивное, пустое, не наполненное событиями, не мотивирующее. В особенности снижено ощущение времени, при этом будущее кажется далеким и нереальным, что может быть охарактеризовано как искажение восприятия временной перспективы. При этом не было выявлено статистически значимых взаимосвязей между уровнем выгорания и восприятием прошлого. По мнению Е.С. Старченковой это говорит о том, выгорание, прежде всего, является актуальным, наличествующим состоянием, отражающим отношение индивидуума к своей жизненной ситуации в настоящий период времени – неудовлетворенность, отсутствие мотивационного потенциала, пессимизм [17].

На основании данных, полученных Е.С. Старченковой, мы можем сделать вывод о том, что временной вектор переживаний при психическом выгорании направлен на настоящее и будущее.

По нашему мнению, данная направленность свидетельствует о возникающей тревоге у «выгоревших» специалистов. По мнению В.М. Астапова, тревога в отличие от депрессии – это реакция на угрозу и направлена в будущее. Угроза может представлять собой опасность или отсутствие поддержки, неизвестность.

Как отмечали ряд зарубежных исследователей, существуют взаимосвязи между выгоранием и такой особенностью личности как тревожность [20, 21, 22, 23].

В.Е. Орёл указывал на то, что на индивидуально-психологическом уровне в состав эмоциональных симптомов в числе других проявлений входит и состояние тревожности [13].

Негативное отношение к своему настоящему у «выгоревшего» специалиста проецируется на будущее. Человек перестает видеть цели и смысл своего будущего. Поскольку отношение к будущему играет регуляторную роль в организации деятельности и жизни человека, психологическая помощь лицам должна быть направлена на личностное развитие специалиста, на постановку целей профессиональной деятельности и работу с ценностно-смысловой сферой специалиста высокого уровня психического выгорания.

При этом остается недостаточно изученным вопрос о том, как происходит восприятие ритма внутреннего времени в состоянии депрессии и психического выгорания. Личностное отношение ко времени имеет связь с отклонениями физических процессов от «нормы» и как следствие, это определяется причиной развития различного рода психических изменений (заболеваний). Неотъемлемой характеристикой такого рода процессов является нарушение субъективного представления о времени и отсутствие ощущения его ритма (движения). Если учитывать то, что, соответственно законов перцепции, пространство-время представляет собой единую данность субъекта действи-

тельности, а воспринимаемые местоположение, расстояние, форма, движение элементов ситуации взаимосвязаны, то отсутствие восприятия ритма внутреннего времени указывает на целостную дезорганизацию перцептивного пространства индивида. Отсутствие рефлексии субъективного временного ряда (прошлое, настоящее, будущее) является предпосылками акцентуации и психических расстройств, природа которых, в нарушении жизненного контакта с реальной действительностью. Исходя из выше сказанного, восприятие ритма внутреннего времени обусловлено восприятием человека своего психологического пространства, которое может представляться искривлениями отношений внутреннего и внешнего взаимодействия со средой. Это выражается в соотношении со своими прошлыми и настоящими жизненными событиями, в способности структурировать время соответственно мотивов и ценностей и др. Отсюда, можно предположить, что анализ восприятия ритма внутреннего времени может выступать диагностическим критерием оценки тяжести психических расстройств личности [8].

Целью нашего исследования явилось изучение восприятия ритма внутреннего времени у педагогов с разным уровнем депрессии и выгорания.

Объект исследования: ритм внутреннего времени.

Предмет исследования: особенности восприятия ритма внутреннего времени при депрессии и выгорании.

Гипотеза:

- Синдром психического выгорания является самостоятельным психологическим феноменом и не зависит от уровня депрессии.

- Существуют различия в восприятии времени у педагогов с разным уровнем депрессии.

Задачи исследования:

- Провести исследование уровня психического выгорания.

- Выявить специфику синдрома психического выгорания у испытуемых с разным уровнем депрессивных состояний.

- Определить значимые взаимосвязи между компонентами и симптомами выгорания и восприятием ритма внутреннего времени у испытуемых с разным уровнем депрессивных состояний.

Методологической основой при организации исследования явились современные теоретические подходы и эмпирические исследования психического выгорания (Н.В. Гришина, В.Е. Орёл, Т.И. Ронгинская, А.А. Рукавишников, М.М. Скугаревская, Т.В. Форманюк, М. Burish, H. Fredenberger, R. Golembiewsky, M. Leiter, T. Marek, C. Maslaeh, A. Pines, W. Schaufeli и др.), когнитивно-поведенческий подход к депрессивным расстройствам личности (А. Бек).

Психодиагностический комплекс, использованный в исследовании, состоял из следующих методик:

- Наблюдение.
- Беседа.
- Опросник депрессии А. Бека [10].
- Шкала Цунга для самооценки депрессии [10]
- Опросник МВІ в варианте для педагогов и учителей, разработанной К. Маслак и С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой [7].
- Опросник уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко.

- Методика, предназначенная для определения восприятия ритма внутреннего времени по отношению к внешнему эталону, разработанная Д.Р. Мерзляковой.

В исследовании приняли участие педагоги общеобразовательных школ, посещавших курсы повышения квалификации в Институте повышения квалификации и переподготовки работников образования Удмуртской Республики. Количество испытуемых – 132 человек. Среди испытуемых было 96 женщин и 36 мужчин в возрасте от 22 до 68 лет. Стаж работы – от 0,5 года до 44 лет. В исследовании принимали участие педагоги-предметники и педагоги дополнительного образования. Среди испытуемых специалистов с высшей категорией составили 29 % испытуемых, с первой категорией – 50 % испытуемых, со второй категорией – 21 % испытуемых.

Исследование проводилось в два этапа. На первом этапе (2009-2010 гг.) ставилась задача предварительно анализа литературы по теме исследования. Были изучены основные психологические концепции депрессии, психического выгорания, была изучена литература по особенностям восприятия времени при разных психологических состояниях, отобраны и созданы методики исследования, на основе которых и был составлен психодиагностический комплекс для проведения эмпирического исследования.

На втором этапе (2010-2012) проводилось комплексное психологическое обследование педагогов. На основании полученных данных было изучено восприятие ритма внутреннего времени в состоянии депрессии и психического выгорания у педагогов.

Результаты и их обсуждение. В проведенном исследовании было проведено деление испытуемых на три группы по уровню депрессии: 1 группа - отсутствие депрессивных симптомов, 2 группа – легкая депрессия (субдепрессия), 3 группа – умеренная депрессия. При разделении респондентов на три выборочных совокупности мы использовали опросник депрессии А. Бека и шкалу Цунга для самооценки депрессии. В результате были выделены три группы, характеризующиеся по уровню первичными статистиками, представленными в таблице 1.

Таблица 1
Первичные статистики показателей уровня психического выгорания и восприятия ритма внутреннего времени в группах испытуемых педагогов разного уровня депрессии

Статистические показатели	Группа испытуемых с отсутствием депрессивных симптомов n=57	Группа испытуемых с легкой депрессией (субдепрессия) n=48	Группа испытуемых с умеренной депрессией n=27
Фаза «напряжение»	35.77	40.91	25.17
Фаза «резистенция»	50.69	52.09	55
Фаза «истощение»	48.69	43	45.83
Уровень эмоционального выгорания (по опроснику В.В. Бойко)	135.15	136	126
Эмоциональное истощение	21.46	25.27	20.5
Деперсонализация	10.77	13.45	13.67
Редукция персональных достижений	28.77	29.36	27.67
Уровень выгорания (по опроснику К. Маслак и С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой)	61	68.09	61.83
Восприятие ритма внутреннего времени по отношению к внешнему эталону	100.46	88.67	86.64

Как видно в таблице 1, при увеличении уровня депрессии возрастает показатели уровня резистенции у испытуемых педагогов. То есть чем больше выражена депрессия, тем более выражено сопротивление нарастающему стрессу и снижение общего энергетического тонуса, и ослабление нервной системы. По нашему мнению, это говорит о том, что при усилении уровня депрессии происходит истощение психологических ресурсов и развитие симптомов общей астенизации. Мы считаем, что данные проявления психического выгорания не являются специфическими только для данного феномена. При высоком уровне депрессивных состояний также выявляются признаки истощенности психологических ресурсов испытуемых. Также было выявлено нарастание уровня деперсонализации у групп испытуемых с разным уровнем депрессии. Чем более выражена депрессия, тем ярче проявляются циничные установки по отношению к субъектам своего труда. По нашему мнению, такие тенденции связаны с тем, что при депрессии сниженное настроение с доминированием эмоций астенического полуса (тоски, тревоги, апатии). Мы предполагаем, что у испытуемых учителей срабатывает социальный запрет на выражение негативных эмоций по отношению к субъектам своего труда. Согласно мнению В.Е. Орла, рассогласование между демонстрируемой эмоцией и истинной эмоцией приводит к состоянию эмоционального дисбаланса, что проявляется в уменьшении эмоциональных ресурсов индивида, и усилении цинизма. Таким образом, мы можем говорить, что при формировании социального запрета на негативные эмоции по отношению к субъектам своего труда происходит усиление цинизма.

Восприятие ритма внутреннего времени по отношению к внешнему эталону также меняется при увеличении уровня депрессии. Ритм внутреннего времени у всех испытуемых более быстрый по сравнению с внешним эталоном, но у испытуемых с отсутствием депрессивных симптомов он более быстрый по сравнению с испытуемыми с умеренной депрессией.

Полученные данные были статистически обработаны с помощью корреляционного анализа (корреляция г-Спирмена) для установления согласованности изменения показателей.

В группе педагогов с отсутствием депрессивных симптомов была выявлена значимая отрицательная корреляционная связь фактора «восприятие ритма внутреннего времени по отношению к внешнему эталону» и фактора «деперсонализации» ($r = -0,62, p \leq 0,05$). В группе педагогов с легкой депрессией (субдепрессия) были выявлены значимые отрицательные корреляционные связи фактора «восприятие ритма внутреннего времени по отношению к внешнему эталону» и факторов: «переживание психотравмирующих обстоятельств» ($r = 0,63, p \leq 0,05$) и «редукция персональных достижений» ($r = 0,61, p \leq 0,05$) и значимая отрицательная корреляционная связь с фактором «эмоциональная отстраненность» ($r = -0,61, p \leq 0,05$). В группе испытуемых с умеренной депрессией были выявлены значимые отрицательные корреляционные связи фактора «восприятие ритма внутреннего времени по отношению к внешнему эталону» и факторов: «резистенция» ($r = 0,94, p \leq 0,05$), «истощение» ($r = 0,94, p \leq 0,05$) и «уровень эмоционального выгорания» по В.В. Бойко ($r = 0,89, p \leq 0,05$).

Выводы. Проведенное эмпирическое исследование восприятия ритма внутреннего времени в состоянии депрессии и психического выгорания у педагогов подтвердило все выдвинутые гипотезы.

Установлено, что при возрастании уровня депрессии не происходит повышение уровня психического выгорания. Нами было выявлено, что при усилении уровня депрессии происходит истощение психологических ресурсов и развитие симптомов общей астенизации. По нашему мнению, данные проявления не являются специфическими для синдрома психического выгорания.

Обнаружено, что чем более выражена депрессия, тем ярче проявляются циничные установки по отношению к субъектам своего труда. Мы предполагаем, что это явля-

ется следствием социального запрета испытуемых на выражение негативных эмоций по отношению к субъектам своего труда.

Установлено что при увеличении уровня депрессии меняется восприятие ритма внутреннего времени. Ритм внутреннего времени у всех испытуемых более быстрый по сравнению с внешним эталоном, но у испытуемых с отсутствием депрессивных симптомов он более быстрый по сравнению с испытуемыми с умеренной депрессией.

Выявлены значимые взаимосвязи между восприятием ритма внутреннего времени и компонентами и симптомами выгорания. В группе педагогов с отсутствием депрессивных симптомов ритм внутреннего времени ускоряется при формировании циничных установок к субъектам своего труда. В группе педагогов с легкой депрессией (субдепрессия) ритм внутреннего времени ускоряется при переживании психотравмирующих обстоятельств и снижении мотивации профессиональной деятельности и высокой эмоциональной включенности в профессиональную деятельность. В группе испытуемых с умеренной депрессией ритм внутреннего времени ускоряется при развитии выгорания и усилении компонентов выгорания – резистенции и истощении.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова К.А.; Березина Т.Н. Время личности и время жизни. - СПб.: Алетей, 2001.
2. Александровский Ю.А. Пограничные психические расстройства. - М.: Медицина, 2000.
3. Астапов В.М. Тревожность у детей. – М.: ПЭР СЭ, 2001.
4. Бек А., Раш А., Шо Б., Эмери Т. Когнитивная психотерапия депрессий. - СПб.: Алетей, 2003.
5. Болотова А. К. Психология организации времени. – М.: Аспект Пресс, 2006.
6. Вертоградова О. П. Возможные подходы к типологии депрессий // Депрессия (психопатология, патогенез). - М.: МНИИ психиатрии МЗ РСФСР, 1980, с. 7-14.
7. Водопьянова Н.Е., Густелова А.Н. Позитивное самотношение как фактор устойчивости к профессиональному выгоранию учителей // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12: Психология. Социология. Педагогика. 2010. № 4. С. 166-172
8. Губина С.Т. Профилактика и коррекция эмоционального выгорания педагогов с помощью музыкальных психологических средств воздействия : Дис. ... канд. психол. наук. Ижевск, 2006.
9. Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия. - СПб.: Алетей, 2000.
10. Ковалев Ю. В. Депрессия: Справочно-информационные материалы. - Ижевск: Изд-во УдГУ, 1995.
11. Лаврова Т.Н. Психогенные депрессии невротического уровня у женщин (клинико-типологические, психосоматические, иммунохимические аспекты). Автореферат канд. диссертации. М, 2001.
12. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего. – М.: Смысл, 2004.
13. Орёл В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования // Психологический журнал. 2001. Т.22. №1.
14. Осипова С.А., Курпатов В.И. Синдром «эмоционального выгорания» как преморбид депрессии // Проблемы исследования синдрома выгорания и пути его коррекции у специалистов помогающих профессий: в медицинской, психологической и педагогической практике: материалы междунар. науч. – практ. конф. / отв. ред. В. В. Лукьянов. Курск. С. 126-130.
15. Плотников С.М. Инволюционный психоз (структурно-динамические особенности, диагностика и лечение): Автореф. дис... д-ра мед. наук. - М., 1984.
16. Смулевич А.Б. Депрессии при соматических и психогенных заболеваниях. - М.: Медицина, 2003.
17. Старченкова Е.С. Взаимосвязь профессионального выгорания и отношения ко времени у преподавателей

ВУЗов // Современные проблемы исследования синдрома выгорания у специалистов коммуникативных профессий: коллективная монография / под ред. В.В. Лукьянова, Н.Е. Водопьяновой, В.Е. Орла, С.А. Подсадного, Л.Н. Юрьевой, С.А. Игумнова; Курск. гос. ун-т. Курск, 2008. С. 151 – 153.

18. Третьяк Л., Чугунов Д. Динамика восприятия времени у больных психогенными депрессивными расстройствами в процессе гештальт - терапии // Вестник клинической психологии №3. 2006. С. 38-46.

19. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Вопросы психологии. 1994. № 6. С. 57-64.

20. Bellani M. L., Furlani F., Gneccchi M., Pezzotta P., at

al Burnout and related factors among HIV /AIDS health care workers // AIDS Care, 1996. Vol.8 (2). P.207-221.

21. Naisberg F.S., Fennig S., Keinan G., Elizur A. Personality characteristics and proneness to burnout: A study among psychiatrists // Stress Medicine, 1991. 7(4). P. 201-205.

22. Vealey R. S., Armstrong L., Comar W., Greenleaf C.A. Influence of perceived coaching behaviors on burnout and competitive anxiety in female college athletes // Journal Of Applied Sport Psychology, 1998. Vol.10 (2). P.297 - 318

23. Vealey R. S., Udry E.M., Zimmerman V., Soliday J. Intrapersonal and situational predictors of coaching burnout // Journal of Sport and Exercise Psychology, 1992. Vol. 14 (1). P.40-58.

FEATURES INTERNAL RATE OF PERCEPTION OF TIME FOR DEPRESSION AND EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME

© 2012

D.R. Merzlyakova, candidate of psychological sciences
Udmurt State University, Izhevsk (Russia)

Keywords: burnout, depression, rhythm of the internal time.

Annotation: This paper describes a study of internal rhythm of time in teachers with different levels of depression and burnout. Syndrome of emotional burnout is a distinct psychological phenomenon and does not depend on the level of depression. The rhythm of the internal time is reduced with increasing levels of depression. We have found significant relationships between the perception of the internal rhythm of time and burnout.

УДК 378.014.7

ОБРАЗОВАНИЕ КАК ФАКТОР МОДЕРНИЗАЦИИ И УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА

© 2012

Н. И. Мешков, доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой педагогики с курсом методики преподавания математики

Д.Н. Мешков, аспирант кафедры методологии науки и прикладной социологии
Мордовский государственный университет имени Н.П. Огарева, Саранск (Россия)

Ключевые слова: образование, ЕГЭ, тестирование, дифференциация общества, подготовка педагогических кадров, воспитание, внешний фактор образования, традиции воспитания.

Аннотация: Современная система образования претерпевает серьезные изменения, предусмотреть последствия которых является особо значимой задачей педагогической науки. Наряду с положительными факторами, влияющими на ее развитие, имеются такие, которые могут оказать деструктивные воздействия. Образование рассматривается и как дидактический и как воспитательный процесс.

Образование выступает ведущим фактором повышения социально-экономического благосостояния общества, стабильного и безопасного развития государства. Оно является основным средством формирования интеллектуального потенциала, определяющего инновационные точки роста. Если в средние века безопасность человека определялась его ничтожеством, то в индустриальном, а особенно в постиндустриальном обществе, – образованием, образованностью. Основным принцип современного образования характеризуется своей перманентностью, а инновационный его характер ориентирован в будущее, поскольку догонять настоящее, даже самое передовое, – это путь в прошлое. Образование понималось как процесс и результат формирования знаний, умений и навыков. Сегодня говорят, что образование – это, прежде всего, процесс, направленный на овладение базовыми компетенциями, поскольку знания подвержены старению. Чем же отличаются знания, умения и навыки от компетенций? Компетенции – это опыт в той или иной области, который и характеризуется знаниями, умениями и навыками. Могут ли знания быть ненужными в силу того, что они устаревают? По-видимому, знания, как субъективная характеристика объективного мира, подвержены не старению, а реструктуризации.

Российская система образования взяла курс на интенсификацию образования. В данном случае, время, отводимое на освоение образовательных программ, значительно сократилась и продолжает сокращаться. Основная ставка при этом делается на внутренние возможности познающего субъекта, на интернальный характер обучения, на человеческий фактор. Однако никто при этом не определил порог человеческих познавательных возможностей. Сокращение времени обучения не может осуществляться до бесконечности.

Ориентируясь на качество образования и приоритетные национальные проекты, Министерство образования и науки Российской Федерации основной акцент в этом отношении делает на фундаментальную естественнонаучную и математическую подготовку специалистов, забывая или преднамеренно упуская из виду гуманитарную составляющую. Думается, что эффективная подготовка специалистов в области естественных и математических наук невозможна без надлежащего гуманитарного сопровождения.

Как было отмечено выше, система образования, ориентированная на формирование духовной и научной культуры как отдельного индивида, так и всего общества, выступает определяющим фактором стабильного развития страны. Особую значимость она приобретает в наиболее напряженные периоды развития общества. Такие периоды если не изменяют систему образования, то подготавливают ее к реформированию. В последнее время система образования испытывает на себе, как на особом полигоне, серьезные влияния, которые далеко не всегда носят конструктивный характер. Ошибки, имеющие место в данной сфере бытия, нередко приводят к тяжелейшим последствиям, имеющим необратимый характер. Педагогические инновации, на которые, прежде всего, взят как дидактический, так и воспитательный курс, могут иметь точки невозврата в плане формирования социокультурных и индивидуально-психологических параметров формирующейся личности.

Особого внимания заслуживает оценка знаний, умений, навыков, обучаемых с использованием инструментария «ЕГЭ». Применение соответствующей процедуры, претендующей на универсальный способ диагностики обучения, наряду с отдельными положительными сторонами